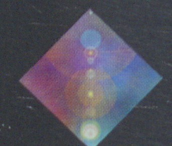
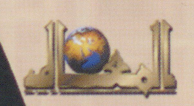

رسالة
مجلة
شهرية أسرية تصدر ملحقة مع مجلة المعالم
مشكلة العصيان
عند المراهقين
إعادة التفكير
بالغضب الناجم
عن طفلك

في الأسواق





عزة بنت محمد العيسرية

كيفية

تجهيز الأموات

من ساعة الاحتضار إلى مواراة الجثمان



راجعه: إبراهيم بن ناصر الصوافي

إنتاج: المعالم للإعلام والنشر
E-MAIL:almaalem@omantel.net.om



مجلة
شهرية أسرية تصدر ملحقة مع مجلة المعالم

تصدر عن شركة المعالم للإعلام والنشر - المملكة المتحدة

العدد الثاني عشر: محرم ١٤٢٤هـ/ مارس ٢٠٠٣م

إعادة التفكير

بالغضب الناجم عن طفلك



١. أجب عن كل سؤال يطرحه ابنك مهما كان .

٢. اختر الأسلوب والعبارات المناسبة لسنه وقدراته الإدراكية .

٣. استعد دوما للاستماع والإنصات لكلامه وأسئلته .

٤. أجب بسؤال عن سؤاله فإن هذا يدفعه للإبداع واستعمال الخيال النافع .

٥. إجابتك المستمرة تعني إغناء ذاكرة ومعلومات ابنك فاحرص على ذلك .

٦. كن لطيفا أثناء الإجابة ولا تنفعل .

٧. تأكد أن إنصاتك لأسئلة طفلك والرد عليها ينمي الثقة بينكما ويرفع معنوياته ...

يعتبر الغضب أداة تدمير ويمكن أن يؤدي إلى مشكلات صحية وتعليمية، وخريطة إعادة التفكير المذكورة أدناه تقدم لك مهارات تساعدك وتساعد طفلك كي يتعامل مع الغضب بطريقة بناءة.

١- تحقق: من غضبك وغضب طفلك، ما الأشياء التي يقوم بها طفلك وتثير غضبك؟ لماذا تعتقد أن طفلك غاضب؟ ماذا حدث؟

٢- تعاطف: مع ابنك، سايره، ساعد ابنك ليخبرك عن سبب غضبه، استخدم العبارات التي تبدأ بكلمة (أنا) مثل: أستطيع أن أخبرك أنك غاضب عندما أجعلك تأكل مادة لا تحبها، واستخدم أيضاً عبارات (أنا ... جداً) (أنا غاضب كذلك جداً) لقد عملت ما بوسعي لإعداد هذا الطعام وأنت الآن ترفض تناوله.

٣- فكر: فالطريقة التي تفكر بها ستحدد غضبك أو تقلل منه، كيف تفكر عندما يكون طفلك سبب غضبك؟

بدل: (إنه لا يقدر كم أنا أتعب في البيت وفي العمل). تستطيع تغيير تفكيرك (أنا لا أتوقع أن طفلي يفهم مشكلاتي، كيف يمكنني مساعدته كي يتعامل مع غضبه بطرق بناءة؟). (إنه يحاول أن ينمو بطريقة أكثر استقلالية وهذا جيد بالنسبة له) وهكذا تستطيع أن تفكر بطرق أخرى للتعامل مع الغضب ...

٤- استمع: إلى ما يقوله طفلك، وراقبه بعينك، وأعد ما تسمعه، وذلك كي تتأكد مما يقوله ابنك، وما هو الشعور الموجود لديه. وباستطاعتك تعليم ابنك فن الاستماع أيضاً وذلك من خلال سلوكك وقدرتك على الاستماع.

٥- اربط: أو اجمع الاحترام مع الحب مع تعبيرك عن الغضب (أنا أحبك، عزيزي، ولكنني أشعر بأنني غير سعيد عندما لا تضع ألعابك في مكانها المخصص لها، ولنعمل سوياً على ترتيب ذلك .. باستطاعتك تعليم ابنك الربط بين الحب والاحترام مع غضبه أيضاً).

احذر أن يفهم من خلال بعض سلوكياتك أنك تكرهه، بل أشعره أنه سبب لك ألما لأنك تحبه ... اسأله عما يسبب له الإزعاج.

٦- لاحظ: ردود أفعال طفلك عندما تغضب، ماذا يحدث له؟ ولاحظ ما الأشياء التي تجعلك هادئاً وماذا يكون سلوكه آنذاك.

ساعد ابنك على الشعور بمثيرات الغضب، وفهم ملامح وجهك المعبرة عن غضبك .. تحدث عن الأشياء التي تجعلك هادئا، وساعده على معرفة الأساليب التي تجعله وتجعلك هادئاً.

٧- انتبه: جيداً حول ما يجعلك غاضباً الآن. لا تتذكر المشكلات القديمة، ولا تذكر ابنك ماذا حدث في الأسبوع الماضي وما الذي جعلك غاضباً، وركز على الوقت الحاضر.

ساعد ابنك على التركيز على الوقت الحاضر هو أيضاً ولا تقبل قوله: (إنك لم تدعني (تتركني) أبداً ... إنك دائماً ...).



عزة بنت محمد العيسرية

كيف نشأت أولادها على حفظ القرآن ؟

يقول أحد الأخوة:

شاركت في إحدى السنوات في إحدى اللجان التي تنظمها وزارة التربية والتعليم لمسابقة تحفيظ القرآن الكريم ومن خلال تقييمنا لمدرسة ابتدائية للبنات لفتت انتباهي طالبة بالصف الرابع الابتدائي بحفظها الممتاز وتطبيقها لأحكام التجويد. وكانت مشاركة في المسابقة بجزء تبارك فقط لأنه هو المقرر عليهم في تلك المرحلة وبعد أن امتحنتها وحصلت على درجة عالية تفوق مثيلاتها في تلك المرحلة بل وقراءتها وحفظها يفوق كذلك المراحل التي أعلى من مرحلتها؛ سألتها هل تحفظين سورا أخرى غير جزء تبارك؟

فأجابت وبكل سهولة: نعم أنا حافظة المصحف بأكمله.

يقول الأخ: قلت في نفسي لعلها تقصد تلاوة المصحف وليس حفظه وذلك لصغر سنها فأردت أن أختبرها لأتأكد مما تقول.

فقلت لها: سمعي من الآية كذا من البقرة فأخذت تقرأ وأنا منبهر لما أسمعه منها حتى قلت لها يكفي ثم طلبت منها أن تقرأ من آل عمران فقرأت ثم من التوبة فقرأت وبعد هذا الاختبار تحقق صدق ما تقوله.

يقول الأخ: والذي زاد إعجابي أنني سألتها هل هناك من أسرتك من يحفظ القرآن بأكمله غيرك قالت نعم أختي الصغيرة التي عمرها سبع سنوات.

يقول أخونا: فسألتها كيف تحافظين وأختك على حفظ القرآن ؟

قالت: كل يوم تخصص لنا أمي وقتاً وهو وقت الظهر تسمع لنا أنا وأختي كل واحدة منا تسمع أربعة أجزاء وهكذا يومياً حتى لا ننسى القرآن فلذلك استطعنا أن نحافظ على حفظ كتاب الله.

نساء في بلاط التجارة

لقاء مع صانعة بخور

إعداد: قسم الدراسات

في هذا العصر ولله الحمد نساء فاضلات اقتدين بالسيدة خديجة من أجل السعي لطلب الرزق فكان لنا لقاء مع إحدى هؤلاء النساء وهي: الأخت سامية بنت محمد بن سيف العيسرية الصانعة لأرقى أنواع البخور.

- الأخت سامية كيف تعلمت صناعة البخور؟

- تعلمت صناعة البخور من والدتي حفظها الله حيث هذه الصناعة توارثتها الأمهات عن الجدات فلذلك تعلمتها من أجل المحافظة على حرفة الأمهات والجدات و من أجل المحافظة على تراثنا القديم.

- من متى بدأت تصنعين البخور؟ وأين تصنعينه؟

- بدأت في صناعة البخور من سنه ١٩٩٩م وأنا مستمرة في صناعته إلى يومنا هذا وأصنعه في بيتي وبالقرب من أولادي وفي أوقات. فراغي بعدما أقوم بخدمة زوجي وأولادي وبيتي وأنهي جميع المهمات الملقاة على عاتقي أبدأ بصناعة البخور حيث أحاول جاهدة أن أنظم أوقاتي بحيث لا يطغى جانب على الآخر.

- الأخت سامية هل تحصلين على عائد مادي مناسب على الرغم من إنتشار هذه الحرفة بشكل كبير في السلطنة؟

- نعم العائد المادي الذي أحصل عليه بمعدل فوق راتب الشخص المتوسط بل وفي بعض الأحيان أحصل عل صفقات كبيرة عندما يكثر الطلب من الزبون وصحيح أن الحرفة منتشرة ولكن كذلك الاستهلاك اليومي للبخور من قبل الزبون يؤدي إلى ازدياد الطلب.

- كيف تسوقين إنتاجك من البخور؟

- أسوقه عن طريق مندوبات بعضهن في مسقط والأخريات في المناطق الداخلية وأعطيهن عشرة في المئة من عائد الإنتاج مقابل تعاونهن معي وبهذه الطريقة انتشر إنتاجي في مناطق كثيرة منها مسقط وصحار والكامل وابراء والدريز والغلاجي وبهذا استفدت من هذه الحرفة وأفدت غيري من العائد المادي.

- ما هي المجالات التي شاركت فيها بحرفتك؟

- شاركت في مهرجان اليوبيل الفضي سنه ٢٠٠١م وفي سوق خيري أقيم في جمعية المرأة العمانية بالقرم في شهر فبراير سنه ٢٠٠٢م وشاركت في معرض في دبي في يناير عام ٢٠٠٢م

- ما هو شعورك بعد نجاح حرفتك؟

- أشعر بالسعادة حيث يأتيني عائد شهري وأنا في بيتي ومع أولادي لا أتكلف الخروج من البيت ولا مزاحمة الرجال ولا إرهاق العمل ولا حرارة الشمس ولابرد الشتاء. كما أنني بهذا العائد ساندت زوجي في النفقة عليّ وعلى أولادي والأهم من هذا شاركت إخواني الأغنياء في دفع الزكاة وفي الإنفاق على الفقراء والمساكين وفي تعمير الحسنات الجارية وفي الإنفاق في سبيل الله.

- ما هي نصيحتك لأختك غير العاملة وأختك العاملة؟

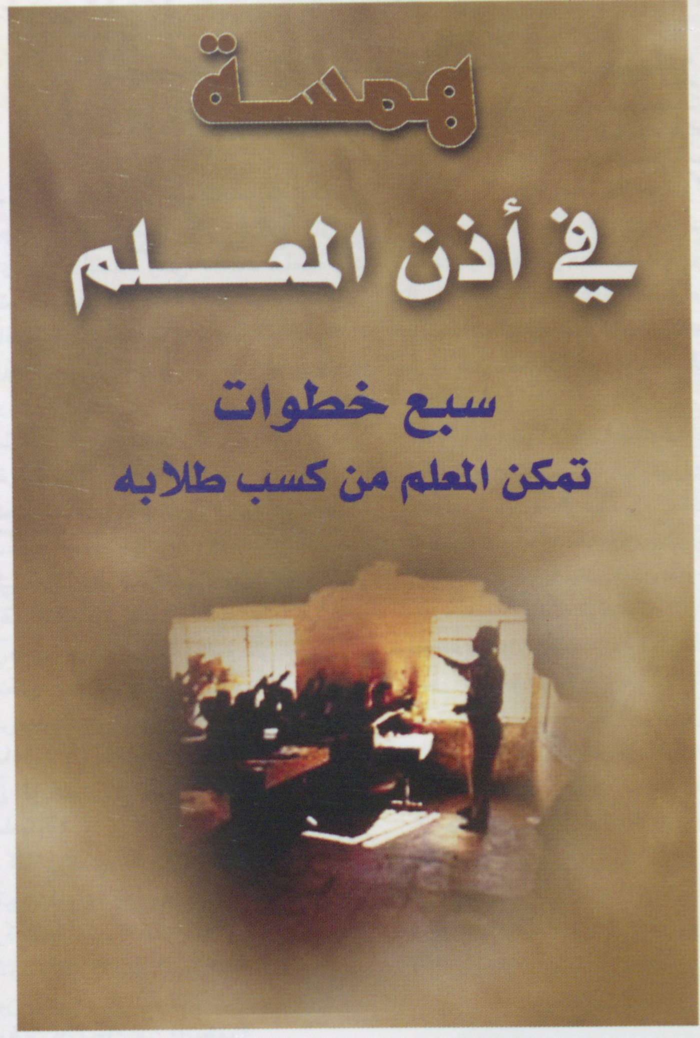
أما الأخت غير العاملة فأنصحها أن تتعلم حرفة وياحبذا لو تكون هذه الحرفة من ميراث الجدات كالخياطة والطبيخ والأعمال اليدوية المختلفة من أجل أن تنفع نفسها وأسرتها ومجتمعها ووطنها.

وأما الأخت العاملة التي تعمل خارج البيت فنصيحتي لها بأن تعطي أولادها حقوقهم كاملة ولا يكون العمل هو سبب لهضم حقوق الأولاد وإذا لم تستطع ذلك فلتبحث عن عمل أخر يقربها لأولادها لأن الأولاد في فترة الطفولة المبكرة في أمس الحاجة إلى حنان الأم وهم في غنى عن راتبها لأن الأب سيعوض لهم ذلك وأذكرها بحديث رسول الله – صلى الله عليه وسلم – : (كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته والمرأة راعية في بيت زوجها وهي مسؤولة عن رعيتها ...).

أما إذا استطاعت أن توفق بين مهنتها خارج البيت وداخله فأنصحها بالإخلاص في العمل وأن تؤدي حق أموالها من زكاة وصدقه وغيرها من أجل نماء ذلك المال وتطهيره.



حسين بن علي الفارسي



همسة في أذن المعلم

سبع خطوات تمكن المعلم من كسب طلابه

- تحكي كتب السيرة أن خبيبا بن عدي - رضي الله عنه قال لجلاديه وهو مصلوب على خشبة الموت وهم يساومونه على مبدئه، قال لهم: والله ما أحب وأنا في مكاني هذا أن يشاك النبي - صلى الله عليه وسلم - بشوكة في رجله وهو في مكانه بين أهله وأصحابه. أي القلوب هذه التي تحمل هذا الحب والود وأي عقول تلك التي تزن الأمور بهذا المنطق العجيب في أسلوبه والفريد في نوعه.

ترى ما السر الذي يكمن وراء هذا الأمر؟ كيف استطاع النبي – صلى الله عليه وسلم – أن يصل بهؤلاء الناس إلى هذا المستوى الرفيع من التعامل؟.

السر يكمن في كون النبي – صلى الله عليه وسلم – قد عرف الأسلوب الذي يعامل به أصحابه، وبالتالي يحصل على احترامهم وحبهم. لقد كان النبي – صلى الله عليه وسلم – مدرسة تزكي النفس وتربيها، يقول سبحانه: (فبما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فضا غليظ القلب لأنفضوا من حولك .... الآية). هكذا كان شأن الرسول – صلى الله عليه وسلم – مع أصحابه ليضرب لنا المثل الأعلى والقدوة الحسنة في تعاملنا مع الآخرين خاصة تلك العلاقة التي تكون بين المعلم والمتعلم، ولنركز حديثنا أكثر حول جانب واحد من جوانب هذه العلاقة وهو جانب المودة والإحترام المتبادل.

- كيف يستطيع المعلم أو المربي أن يكسب مودة طلابه واحترامهم؟

سؤال يردده الكثير من المعلمين فيتساءلون عن

الطريقة التي يستطيع من خلالها المعلم أن ينال احترام طلابه ومودتهم في خضم هذا العصر الذي طرأ عليه الكثير والكثير من المتغيرات والمتناقضات الدخيلة على مجتمعنا المسلم والتي طبعت العلاقة بين المعلم وطلابه إما بطابع الاستبداد والعنف من قبل المعلم، وإما بطابع الفوضاوية وعدم المبالاة من قبل الطلبة مما ينعكس سلبا على المسيرة العملية التربوية التعليمية وعلى العموم هناك جملة من الخطوات التي ينبغي للمعلم أن يسلكها في سبيل الوصول إلى هذه الغاية المنشودة، ذلك إنما يعود إلى استقراء المنهج العظيم الذي رسمه الرسول - صلى الله عليه وسلم.

١ **القدوة الحسنة:** يحكى أن ابن عباس - رضي الله عنهما - كان يقول: كنت عند خالتي ميمونة ليلة، فقام الرسول صلى الله عليه وسلم فتوضأ فقمت وتوضأت ثم قمت عن يساره فحولني فجعلني عن يمينه وأنا غلام صغير. فينبغي للمعلم أن يكون مثالا صادقا لما يدعو إليه وليعلم أن من يدعو إلى مبدأ أو سلوك من غير أن يعمل به فإن دعوته ستكون جوفاء لا معنى لها، وليتمثل المعلم دائما قول الحق تعالى: (أتأمرون الناس بالبر وتنسون أنفسكم..) الآية.

٢ **التعامل باللين:** ويقصد به الرأفة والرحمة والابتعاد عن العنف، فينبغي للمربي أن يعامل طلابه بالرأفة والرحمة وأن يوازن في ذلك فلا يكون صلبا قاسيا ولا لينا متهاونا، وأن لا يأخذ الطلبة بجريرة أحدهم وأن لا يحكم على أحدهم بمجرد موقف واحد أو تصرف خاطئ فربما يكون ذلك الأمر عن غير قصد منه.

٣ **التخلق بالأخلاق الفاضلة:** فالناس جميعا مطالبون بالسلوك الحسن والأخلاق الفاضلة ولكن المعلم أولى هذه الفئات بذلك، لأنه عندما يأتي بسلوك مشين فإن ذلك ينعكس على أجيال وأجيال ولا يخفى على أحد أن الطالب سريع التأثر بمعلمه، بل ربما قدم كلامه على كلام غيره من البشر، وبالتالي يجب أن يحرص المعلم على الابتعاد عن كل الأخلاق السيئة ثم يتحلى بعد ذلك بالأخلاق الحسنة وصدق الشاعر إذ يقول: لا تحسبن العلم ينفع وحده   إن لم يتوج ربه بخلاق.

٤ **عدم التقريع أمام الزملاء:** خاصة إذا كان الأمر تافها أو لأول مرة لأن ذلك يغرس في النفس الحقد والكراهية والشعور بالدونية وعدم الأهمية، وصدق الشافعي حين قال:

تعهدني بنصحك في انفراد   وجنبني النصيحة في الجماعة.

فإن النصح بين الناس نوع   من التوبيخ لا أرضى استماعه.

والنبي صلى الله عليه وسلم يعلمنا هذا الفن الراقي من التعامل حينما كان يمتعض من خلق معين فإنه لا يصرح بصاحبه بل يقول: (ما بال أقوام يفعلون كذا وكذا) حتى لا يفضح صاحب الأمر.

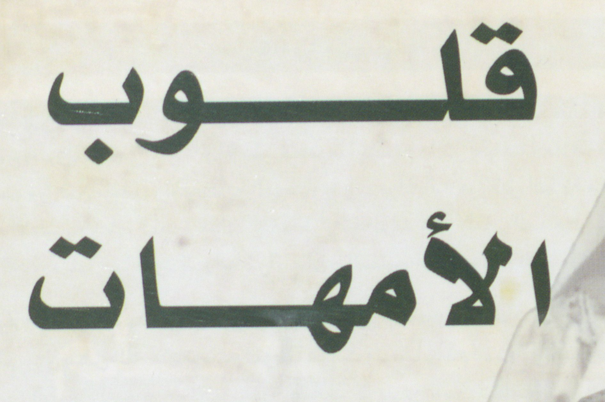
٥ **المساواة:** ويقصد بها أن يعامل المعلم جميع طلابه بنفس المستوى من التعامل، وأن لا يحابي أحدهم على الآخر، وذلك إنما يكون في مجال التعامل والاهتمام والشعور بهم، أما من حيث إظهار فضل أحدهم في علمه أو تفوقه في دروسه فذلك أمر مرغوب فيه حتى يشحذ الآخرون هممهم ويكون دافعا ومحركا لهم من أجل تحصيل العلم.

٦ **الحكمة وسرعة البديهة:** ينبغي للمعلم أن يكون حكيما في معالجة الأمور، يزنها بميزان العقل والحكمة، وأن تكون لديه البديهة لمقارعة الحجة بالحجة؛ فإن ذلك يجعل الطلاب يجلونه ويكبرونه في نفوسهم، ومثال ذلك ما حصل من قصة الشاب الذي أتى الرسول صلى الله عليه وسلم وسأله أن يأذن له بالزنا، وعندها تظهر براعة المصطفى صلى الله عليه وسلم في معالجة هذا الموقف بحيث يغير هذه الفكرة من ذهنه من غير أن يؤثر ذلك على العلاقة فيما بينه وبين الشاب، بل زادها قوة وترابطا.

٧ **تمكن المعلم من المنهج:** يقول الأستاذ علي سيد أحمد في كتابه التعليم والتعلم: (إن المعلم الذي يدرس منهجا يجب أن يكون على مستوى ذلك المنهج) فمن العبث أن يدرس المعلم مادة من المواد وهو لا يجيد حتى أولويات وبدهيات ذلك المنهج، فإن هذا يساعد على هدم شخصية المعلم لدى طلابه.

وقبل ذلك كله لابد من الإخلاص ومراقبة الله تعالى في السر والعلن، وبمشيئة الله سوف يصل المعلم إلى مايريد تحقيقه من مودة طلابه واحترامهم.

قلـــوب الأمهـــات



مريم بنت حمدان الدهمانية (أم عاصم)

قلب الأم مثال الرحمة و التضحية.. وعنوان الصبر والتفاني.. فهل قلوب الأمهات كلهن سواء، وكم تتفاوت درجات الحب والرحمة في قلوبهن، وهل هناك قلوب بلا عطاء حب ورحمات.. أحبتي في الله.. واقع يحدثنا بقصص من الحياة..فلنصغ إلى الدهر، ولنجن العبر..

(١)

أرخى الليل سدوله، ونامت العيون.. وفي ركن من أركان الحياة تيقظت عيون صغيرة.. هجرها النوم،وودعها السبات..مزق الجوع أمعاءها.. تتقلب على أوجاع الألم..تعيد صورا من الماضي،فتمحوها وترسم أخرى..

صغيرة لم تتجاوز العقدين من عمرها تسأل.. أين أمي؟ويمضي السؤال إلى السماوات السبع، ويسمع سؤالها أرحم الراحمين..ويغفل عنها العباد.. وتبقى بلا جواب.. يلفها الذعر والخوف، ويكويها البعد والنوى.. ستة أرواح بريئة..خمسة ذكور، وزهرة ختامها..

تعود سطور واقعهم الأليم إلى قصة خطتها دماء دموعهم.. فوالدهم تخلى عن والدتهم بطلاقها تاركا لها حملهم، ووالدتهم تركت أنينهم ونحيبهم، وأبعدت يدي صغيرتها التي تمسك بتلابيبها، وتناست أنهم خلاصة الروح، وعبق الفؤاد.. تركت لهم حياة مرة كعلقم سقيم..قد تنتقم لكبريائها بهم، وقد ترسل إلى والدهم سهما قاتلا إن كانت في قلبه حياة.. سارت في درب تهواه.. وليشقى من يشقى.. وضاعت هذه القلوب باحثة عن لقيمة تسد الجوع..

والصغيرة يتكرم عليها الجيران بالإحسان.. كل يوم قلب جديد أرأف من قلب من حملتها في الأحشاء.. وضاعوا في معترك الحياة القاسية.. هزتهم الآلام فاقتلعت جذور حبهم في الحياة.. فماتت معاني الأفراح، وانطمست معالم الأخلاق..

تكفلت بالصغيرة إحدى المحسنات، واليوم هي في عهد الدراسة..لم يسأل عنها أحد، بل أعيدت لزيارة أمها،فلم ترغب فيها،ورجعت من حيث أتت. أظلمت طرقاتهم، وقتلت فرحاتهم،ويتمت أحلامهم،ومزقت أرواحهم بقلبي أب وأم لم يعرفا حق الأمومة والأبوة..فمن يلومهم إذا نقموا على الحياة؟ وهل سيكونون مواطنين نافعين للأمة؟..قد يكونون لصوصا أو مجرمين، والأمرّ من ذلك أن تعلم بهم هيئات التنصير، فتسقيهم حنان التبشير وتخرجهم من ملة الإسلام ..

فيا أمة الحبيب محمد أنقذوهم قبل فوات الأوان..!!!

يا أمة محمد..أما يكفينا من جراح..أما آن لنا أن نستفيق ..

فأين الأمومة..أين الأمومة ..؟!!!

(٢)

مضت إلى مدرستها بهيئتها المعتادة.. حقيبة ممزقة..حذاء مثقوب.. ملابس رثة..دموع حبيسة..جراح مكتومة.. معدة خاوية.. وأزهار ذاوية.. وقلوب من الرحمة عارية..

لهذه الصغيرة أخت تكبرها بعامين، ليست بأفضل منها حالا.. ومن المدرسة تُعُرِّفَ على حالتهما الاجتماعية.. يتيمتان، والأم أجنبية.. تخرج كل يوم من الصباح الباكر، و لا تعود إلى الدار إلا وقد اشتدت حلكة الليل وسكونه ..

الكبرى ذات الصف الرابع..تتحمل أعباء المنزل بحالها،وترعى أختها..وكل ما تحمل من قوت لمدرستها عدة تمرات عقدت بقصاصة كيس من النايلون ..

تكافلت المعلمات، وقدمن العطاء لهاتين الصغيرتين.. فإذا السعد أغنية القلوب المحرومة، وإذا الثناء تسابيح الأرواح المعذبة ..

فأين الأمومة..أين الأمومة..؟!!!

أين الأمومة في زمن الحيرة و السقم ..

هناك على زاوية أخرى تسعى إحدى الأمهات لزواج جديد، وتترك صغيرة في يتم دون اليتم..لم تفكر إلا في ذاتها بعد الطلاق..أما الصغيرة، فتأكل من فتات الموائد، وتلعق أسى السواعد.. وترتدي بواقي الثياب، وتحيا في ذل واغتراب..فأين الأمومة في زمن الأفاعي والذئاب..؟!!!

وهناك أخرى.. تركت صغارها في سن حرجة، وأسرعت لأول طارق بعد الطلاق.. ربما لحاجة تميل النفس إليها، وربما لتفادي كلام الناس، وربما لترمي الحربة على من فك الرباط.. وربما لضغوط هنا أو هناك ..

ليست هي المسؤولة..!!! ولم ترتبط هي بأبنائها ويتزوج هو من يشاء ..؟!!!

لأنك أم ..

ولكن هل كل أم لها أمومة وقت المحن والنوائب؟ ولم هي تدفع الثمن..؟ومن المسئول في عهد الزمن..؟ وهل الصبر هو الدواء..؟ وهل يعي الأبناء معاني التضحيات..؟ وممن ينتظر الجزاء..؟ ممن (لا يضيع أجر من أحسن عملا) هذه من أسمى معاني الأمومة، و أجل صورها ..

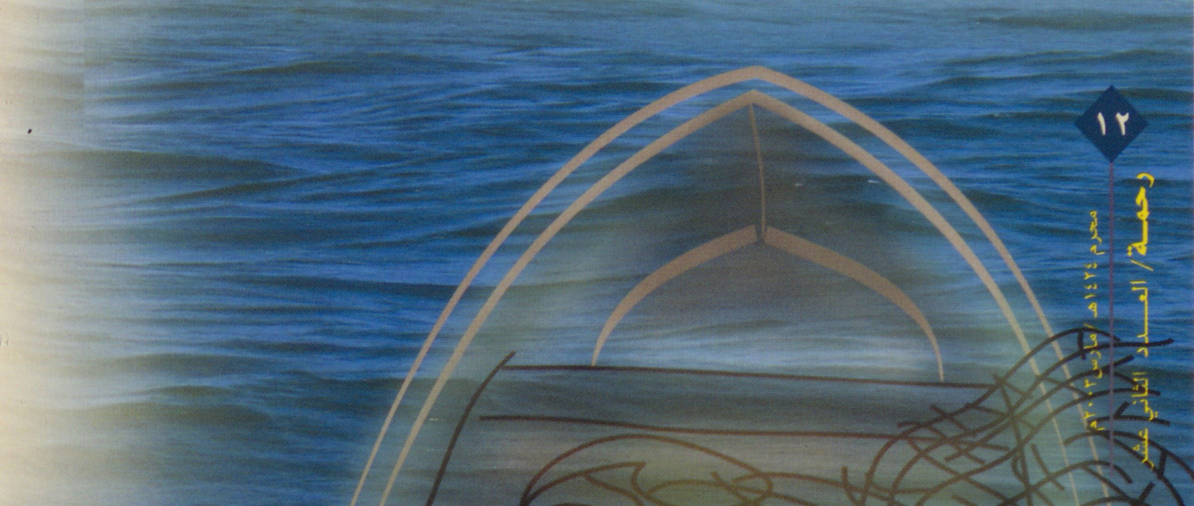
قصيدة من درر

أغرى امرؤ يوما غلاما جاهلا بنقوده حتى ينال به الوطر
قال ائتني بفؤاد أمك يا فتى و لك الجواهر و الدراهم و الدرر
فمضى و أغرز خنجرا في صدرها و القلب أخرجه و عاد على الأثر
لكنه من فرط سرعته هوى فتدحرج القلب المعفر إذ عثر
ناداه قلب الأم و هو معفر ولدي..حبيبي هل أصابك من ضرر
فكأن هذا الصوت رغم حنوه غضب السماء على الوليد قد انهمر
فدرى فظيع خيانة لم يأتها ولد سواه منذ تاريخ البشر
و ارتد نحو القلب يغسله بما فاضت به عيناه من سيل العبر
و يقول يا قلب انتقم مني و لا تغفر فإن جريمتي لا تغتفر
و استل خنجره ليطعن صدره حنقا و يبقى عبرة لمن اعتبر
ناداه قلب الأم قف ولدي و لا تطعن فؤادي مرتين على الأثر



زوينة البوسعيدية

بينما كنا ننتظر سنوح الفرصة لركوب البحر قمنا بتجهيز قاربنا ذي المحركين ونعدّه لرحلة صيد كما نفعل كل يوم كعادتنا. لقد كان الجو صحواً هادئاً، والهواء عليلا منعشا والبحر هادئا مبتسما. قرب الأصيل ركبنا قاربنا المتواضع متجهين إلى البحر. وبعد صلاة المغرب، وقد بدأ الليل يبسط رداءه على البسيطة رمينا شباك الصيد في البحر، أملاً في صيد وفير وأخذنا نتسلى بقصص كان كل منا يقصها للآخر، كما كنا نتجاذب أطراف الحديث. بعد أداء صلاة العشاء، استلقينا في القارب وكنا ننظر إلى النجوم المتلألئة، ونتفكر في خلقها، وخلق هذا الكون الفسيح الذي يسير بنظام بديع، وبينما نحن كذلك غلبنا النعاس وغمضت جفوننا ثمّ ذهبنا في سبات عميق. جرى القارب بنا في عرض اليّم تتدافعه الأمواج الخفيفة، وتسيره الرياح الهادئة، واستيقظنا قبل بزوغ الفجر وتبين لنا أنّ في الشباك أسماك لا بأس بها، وبعد أداء صلاة الفجر عزمنا العودة والرجوع، فقمنا بتشغيل المحرك فلم يعمل وحاولنا مرةً أخرى فلم نفلح. فنظرنا إلى المحرك الآخر آملين أن يحل محل الأول وكانت المفاجأة شديدة لنا عندما كانت النتيجة مثل سابقتها، واتضح لنا أنّ المحرك الآخر مثل الأول به عطب ولا يعمل، وبعد عدة محاولات لم ننجح في تشغيل أي منهما. أخذ البحر بمساعدة الأمواج يشد القارب ويسحبه إلى عمق البحر فهببنا نرمي المرساة لكي نمنع تقدم القارب، لكننا فشلنا، فالمرساة لم تجد لشدة الرياح. بعد ظهر ذلك اليوم لاحت لنا بارقة أمل في أن ترانا سفينة تجارية، فاجتهدنا في لفت انتباهها لنا، لكنها لم تعرنا أدنى اهتمام، ولم تعبأ بنا بل مضت في سبيلها رغم إدراكنا أنّ بحارتها قد رأونا، ثمّ توالت عدة سفن أخرى كبيرة كأنها جبال شاهقة كانت تمر على مقربة منا، وكنا نطلق الصراخ والصيحات لها ولكن لا حياة لمن تنادي. وحين ذاك كنا نظهر التجلد وكان كل واحد منا يحاول أن يكتم خوفه للآخر. أشرف اليوم الثالث على الولوج وفجأةً وصل إلى سمعنا صوت قادم من بعيد وكنا نلتفت يمنة ويسرة بحثاً عن الصوت ومصدره، وكانت فرحتنا كبيرة عندما رأينا من بعيد طائرةً مروحية وزادت فرحتنا حينما حلقت فوق رؤوسنا، وقد ظننا أنهم عثروا علينا وجاءوا لإنقاذنا، لكن خاب ظننا حينما رجعت الطائرة من حيث أتت. كانت الرياح قوية تهب فتزيد من معاناتنا، فقد هبت وهاجت وعلى إثرها اخذ القارب يترنح وسط الأمواج العالية، كأنه قشة وسط



البحر الواسع، فتلاطم الأمواج العاتية وصفعاتها الغاضبة تنصب على القارب الذي يكاد أن ينشطر، وكان حال ألسنتنا رطبة لا نفتأ في ذكر الله وتسبيحه نسأله أن يمدنا بالصبر والثبات وأن يرسل لنا من ينقذنا، وحتى لا يغرق القارب كنا تارةً نغرف الماء بأيدينا وتارةً أخرى نستريح. وقد ذقنا الحر والبرد إذ يشتد الحر بنا حيث تصب الشمس علينا سياطها اللاذعة نهاراً لتحرق أجسامنا كما ويلسعنا برد البحر وقساوته ليلاً حيث ينفذ إلى عظامنا. ولأننا بلا ماء ولا طعام اضطررنا لشرب مياه البحر لكي نبقى على قيد الحياة ولكن ما أن يدخل في جوفنا نتقيأه لشدة ملوحته. التفت إلى صاحبي ناصر ووجدته خائفاً وجلاً والعرق يتفصد من جبينه من شدة القلق، وما كان عليّ إلاّ أن أسكّن قلب أنيسي الوجل وأعالج الأمر بلين الكلام، فقلتُ له أيضاً علينا أن نتعاون ونجعل دفة القارب هو الإيمان بالله عز وجل، ولا نجعل لليأس باباً، ومهما قسى البحر علينا لابد لليل أن ينجلي، ولا بد للسحاب أن ينقشع. فهدأ خوفه وسكن روعه وعاد هدوءه. تفاجأنا في اليوم الرابع من الرحلة الشاقة بامتلاء شباك الصيد بأسماك عديدة وكبيرة وبأحجام مختلفة، فاحتفظنا بها لتثقل القارب، وتحافظ على توازنه، وما هي إلا لحظات مرت لنفاجأ بخفة القارب وترنحه على الأمواج، فقد انقطعت الشباك لتسبب لنا عائقاً جديداً، إذ هاجمتنا أمواجٌ عاتيةٌ فتارةً ترفعنا إلى السماء وتارةً أخرى تهوي بنا إلى البحر، وفي عصر ذلك اليوم كنا نرى حركةً مستمرةً لسفن تجارية ضخمة، كأنها جبال راسية، تعود إلى عدم المبالاة لإشاراتنا وهتافاتنا، وقد ذعرنا أن تصدمنا لدنوها منا، وكنا نطلق صيحات ممزوجة بالدموع، فما يزيدهم إلا نفورا. وقد شدني نحيب صديقي يبكي يائساً، فالتفت إليه أواسيه كابتاً ما في داخلي، وكاظماً عبرةً تكاد تخنقني فقلت له: أنسيت قول الله عز وجل: (إن الله مع الصابرين) فعلينا أن نصبر فإن الله معنا برعايته وعنايته، وما لبثنا أن استخرطنا في البكاء، فطفق صديقي يمسح دموعي بملابسه الرطبة ويخفف علي قائلا: لا يرد القضاء إلا الدعاء فعلينا أن نكثر من الدعاء ليرد عنا المصائب والأهوال، ولنتذكر أن يونس عليه السلام كان يدعو ربه وهو في بطن الحوت لينقذه من الهلاك حتى أفرج الله عنه كربته. وهكذا كنا نقضي أوقاتنا كل منا يواسي أخاه، فحين يجيء الليل نرى الموت وهو ينتظرنا وسط الظلام الدامس، وعندما يأتي النهار نراه طويلا مملاً، فالشمس متكبدةً السماء ترسل أشعتها سياطاً من ذهب لتطول أجسامنا حتى جفت جلودنا وتشققت وقد غطتها البثور. أطل يومنا الخامس في البحر وهو يوم ثقيل طويل إذ لم نر أية سفينة تمر علينا لتعطينا أملا بالحياة، وقد ضاقت صدورنا لرؤية أسراب طيور سوداء تحلق في السماء، فقد كنا نسمع من أبائنا وذو العارفين بالبحر أن وجود هذه الطيور في المنطقة دليل على عدم وجود يابسة، فأصبنا بالإحباط، وبين الحين والآخر كنا نختبئ من شر ضربات الأسماك الطائرة المؤلمة، وكاد اليأس أن يحطمنا من هذا المصير الغامض لولا نعمة الصلاة والدعاء والبكاء سببا في التخفيف عن معاناتنا. فالبحر بجمال زرقته، وعظم رزقه، والغامض بأسراره وأخطاره، فركوبه تجربة لا بد من الخوض فيها ليستطيع مجاراته. نهار يوم الجمعة، يمر الوقت مثقلا ببطئه، فيطول الانتظار ونحن لا نستطيع أن نلو حراكا من شدة العناء الذي أصاب كياننا، لا ندري أين المصير، فقد انقطعت السبل بنا، وانهالت المصائب والأهوال علينا. وبينما نحن مستلقين، مرت سحابة مشونة بالأمل، فأدخلت السرور في قلوبنا، وقد فرحنا واستبشرنا لقدومها، إذ أحجبت عنا الشمس، فأراحتنا من لهيبها الحارق، وكنا نمنّي أنفسنا بجرعة ماء عذبة منها، لكن الوقت يمر، وضوء الشمس يتلصص بحذر في حذر ليجلو تلك السحابة المنتظرة. وبينما ننظر إلى السحابة وهي تودعنا جاءني إلهام يقول لي: انهض، هيا قف، فتحاملت على قدمي مستندا على قطعة من خشب، فإذا طيف قارب وصواريه يلوح لي من بعيد، فلوحت له بضعف وفتور، لكن حيلتي هذه لم تأت بالنتيجة المطلوبة، فخشينا أن نفقد القارب، ثم أخذت مرآة صغيرة كانت بحوزتنا فوجهتها ناحية الشمس لتعطي إشارةً للقارب أملاً في رؤيتنا، وبارقة أمل أهلت علينا رأينا قارب يتجه إلينا مقبلا، تزف لنا بشارة حياة جديدة، إنهم إخوتنا في الله إذ كانت تحيتهم السلام تحية الإسلام، كانوا ثلاثة أفراد وهم من الصيادين يبحثون عن رزق لهم من البحر، وحينما انتشلونا، تم نقلنا فورا إلى المشفى، وهناك قدمت لنا الرعاية الكاملة، وبدأت الحياة تدب في أوصالنا، فقد مكثنا عدة أيام ونحن نتمتع برعايتهم واهتمامهم، فجزاهم الله عنا خير الجزاء، فإن الله لن يضيع أجرهم. وبعد أن تماثلنا للشفاء، قررنا العودة إلى الوطن، وبعد وصولنا إلى أرض البلاد تفاجأنا بجمع غفير من الأهل والأصدقاء يستقبلوننا بالعطر والأفراح والدموع المسكوبة شوقا إلينا.



يبدو لي أحيانا أنك تنظرين إلى الحلويات كما تنظر أمريكا إلى شبكة القاعدة، عدو لدود اجتمعت فيه شرور العالم كلها وهي خلو من أي فائدة تذكر، لكنها تتقن مهارة التزين والظهور بمظهر كاذب براق يعشي بريقه أطفالنا الأبرياء الذين لا يجدون حيلة أمام إغرائها ولا يهتدون سبيلاً لمعرفة أضرارها.

ولكم نشبت في بيتنا معارك ضارية وحروب طاحنة سلاحها جدل طويل والمنتصر فيها فريق وحيد وقد أفلحت ولله الحمد بأنني لم أكلف الأيام ضد طباعها وما حاولت أن أقنع أولئك الأطفال بأمر أجزم يقينا أنه لم يأتِ اليوم الذي يقتنعون به.

وها قد ثبت لك صدق ما أقول، فكم من صيحة تحذير أطلقت وكم من بطاقة إنذار رفعت وكم من مؤتمر عائلي عقد، والنتيجة هي النتيجة ما اختلف الأمر ولا تغير.

إنني يا سالمة اقدر حرصك على مصلحتهم وخوفك على صحتهم، لكني لا أوافقك في تحميل الأمور مالا تحتمل، ولا يهولنك ما تقوله الصحف فإنها كالمنجم يلقي إليه الجني كلمة فيضيف إليها مئة كذبة، والتهويل طبع في الصحف يلازمها ملازمة الظل للجسم. لقد رجعت بالأمس من مسقط فاستقبلوني كعادتهم وبادروني بالسؤال عن الحلويات قبل مبادراتهم بالسلام فما خيبت ظنهم ولا كسرت خواطرهم. أريد بذلك كسب قلوبهم وتقييدها بالإحسان وأريد بذلك رضا المولي جل وعلا حينما أدخل الفرح والسرور في قلوبهم.

لقد ماتت جدتي رحمها الله منذ خمسة عشر عاماً ولكني ما زلت إلى اليوم ذلك الطفل الذي يحمل في قلبه حباً عارماً لها لما كانت تنعمني به صبيحة كل يوم.

دعي عنك التهويل يا سالمة فإن ما أكلناه من الحلويات في صغرنا يعدّ بالأطنان ومع ذلك مازلنا في عداد الأحياء بل في عداد الأصحاء، وإن سألتني فما مررت مذ خلقت على قبر امرئ مات بسبب الحلويات.

سـالم



يتغير العالم إلى الأفضل بتغير القناعات الخاطئة الراسخة في أذهان الناس. ودور العارفين هو تبيين زيف تلك القناعات ، وزلزلة رسوخها في قلوب الناس.

إن القناعة باعتبار الحلويات مبعث بهجة في نفوس الصغار وإهمال الأخطار المترتبة عن تناولها لهي أمثلة حية على سيطرة القناعات الخاطئة على حياتنا بَل على حياة المثقفين منا.

إنني ألمس من كلامك يا سالم أنك تجنح أحياناً إلى الإبقاء على العادة الخاطئة لمجرد يأسك من إمكانية تغييرها واعتذر إليك إن قلت بأنه خلل في التفكير أحاشي من كان في مثل مستواك عنه.

هل تعلم يا سالم أنه اكتشف مؤخراً أن مادة الترترازين التي تضاف إلى بعض المياه الغازية و بعض المياه هي مادة تسبب السرطان بمختلف أنواعه، وهل تعلم أن ثقات الأطباء في الدول الإسلامية قلقون جداً من تدني معدلات النمو الذهني والجسماني للأجيال الناشئة بسبب هذه الحلويات.

وإذا كنت أيها الأب الحاني لم تمر على قبر كتب عليه مات بسبب الحلويات فإن الشركات العالمية قد نجحت في مسعاها بأن تنطمس هذه الحقائق من أذهان الناس فلا تبقي مسيّرة لسلوكهم اليومي، وإذا ربحت هذه الشركات الملايين التي تريدها فليذهب العالم كله إلى الجحيم. إنه سلوك أعلم صعوبة تغييره، وعادة أعلم أن الزمن عنصر مهم في محوها لكنني شرعت في ما فيه مصلحتهم وستكون ردءا لي بإذن الله، ففي الصباح لم أعد أعطيهم نقوداً يشترون بها هذه السموم ولكني أصنع لهم بيدي عصيراً طبيعياً يجمع لهم اللذة والفائدة وحنو الوالدة، وقد اقتبست من جارتي أم أحمد طريقتها في تصنيع حلويات تحتوي على التمر أو عسل النحل ولا يدخل السكر في تركيبها، كما علمتني والدتي كيف أصنع الحسين (التمر المعصور بالسمن) وأضيف إليه بعض المكسرات المفيدة، وأبشرك بأنك قد أخطأت في حكمك حينما ذكرت أنني ما نجحت في شيء من المؤتمرات التي أعقدها فالحواري ما عاد يأكل الحلويات البتة والأكثم قلل منها بنسبة ٣٠٪ تقريباً وأما الشيماء والمؤثر فهما في الطريق بإذن الله.

سـالمة



مشكلة العصيان عند المراهقين

سيف بن حبيب التوبي

قضى الله أن ينمو الإنسان وينتقل من مرحلة إلى مرحلة حيث تحدث العديد من التغيرات في جميع مظاهر النمو ويمر خلالها الإنسان بالعديد من الصعوبات والمشاكل، ومرحلة المراهقة هي أحد هذه المراحل وهي من أصعب مراحل العمر حيث إن السعادة تكاد أن تكون معدومة لما يلاقيه المراهق من صعاب فهو في اضطراب دائم وتمرد ضد السلطة ومتذبذب في الأفعال.

ويجب مساندة المراهق في هذه المرحلة لكي يمر بها مواجها القليل من المتاعب، لذلك سأذكر أسباب العصيان والوقاية وبعض الحلول الممكنة في تفادي مشكلة العصيان- والتي هي أحد مميزات مرحلة المراهقة- والحلول المقترحة، ولكن لا بأس في ذكر بعض التغيرات التي تحدث في مرحلة المراهقة لمظاهر النمو للمراهق ذكرا سطحيا لكي تتضح الصورة.

النمو الجسمي:

- زيادة الطول
- زيادة طول الساقين وتضخمها
- زيادة نمو العضلات
- ترسب الدهون وخاصة عند الإناث
- زيادة الوزن
- ظهور حب الشباب، وللتخفيف من ظهورها يجب غسل

الوجه بالماء الدافىء والصابون عدة مرات يوميا والتعرض للشمس والهواء النقي والإقلال من النشويات والدهون والمحافظة على الرياضة

- زيادة طول الجذع

- اتساع الكتفين

- زيادة نمو العظام وخاصة عظام الحوض عن الإناث حيث يكون أوسع وأوضح منه عن الذكور.

هذه بعض التغيرات الجسمية التي لها تأثيرات جانبية مثل اختلال التوازن الحركي والرشاقة واختلال المشي وعدم التآزر والتناسق في حركة الجسم مما يؤدي إلى كثرة التعثر والإصطدام وسقوط الأشياء من يدي المراهق.

النمو الانفعالي:

- التذبذب بين سلوك الأطفل وسلوك الكبار.

- الرغبة في التفرد والانعزال بعد أن كان في مرحلة الطفولة يميل إلى الاقتران والنشاط الجماعي وهنا يتملكه الخجل والميول والإنطوائية مما قد يتسبب في النزاعات الأصدقاء والأسرة.

- التناقص وثنائية المشاعر تجاه الشيء فيتذبذب بين الحب والكره والشجاعة والجبن وبين الانعزالية والاجتماعية وبين الانشراح والاكتئاب.... إلخ.

- الشعور بالذنب والخطيئة والإكتئاب واليأس والقنوط والإنطواء.

- السعي وراء الإستقلال فيحاول تكوين شخصية مستقلة معتمدا على نفسه دون والديه أو من هو أكبر منه.

- النفور من العمل والنشاط حيث يتحول نشاط الطفولة المتأخرة إلى كسل وتعب من العمل واللعب، ويظهر أكثر في إهمال الواجبات المدرسية والمنزلية.

- الملل، حيث يظهر الملل من الألعاب التي كان يستمتع بها في الطفولة المتأخرة فيترفع عن بعضها على أساس أنها طفولية.

- الرفض والعناد، حيث تظهر أتجاهات الرفض للأصدقاء والأسرة والمجمع فتجده كثير المخالفة والسلبية مما يسبب انهيار الصداقات وظهور المشكلات مع الأسرة.

- مقاومة السلطة، وتظهر الرغبة في الاستقلال ومقاومة السلطة سواء في الأسرة أو المدرسة أو المجتمع.

- الغضب والثورة والانفعالية الشديدة وسببها التغيرات الجسمية وإفرازات الغدد من ناحية ومن ناحية أخرى تغير اتجاهات وميول وحاجات ورغبات المراهقين، حيث يصبح أكثر حساسية إلى تعليقات الآخرين ولا سيما الكبار ونقدهم فهو يدرك أن معاملة الآخرين له لا تتناسب مع ما وصل إليه من نضج فيفسر ذلك على أنه تدخل لشؤونه الخاصة وتقليل من شأنه.

- نقصان الثقة بالنفس حيث تتحول مشاعر الفخر والغرور المميز للطفولة المتأخرة إلى شعور بالتردد وعدم الثقة بالنفس ويعزى سبب هذا الأمر إلى الضغوط الإجتماعية المستمرة ونقد الكبار لطريقة المراهق في الأداء والقابلية الشديدة للتعب.

- أحلام اليقظة، يستغرق المراهق أوقاتا كثيرة في أحلام اليقضة فهي مصدر للتعبير عن الإنفعالات والحاجات والرغبات، ويتمتع المراهق بخيال خصب حيث يكسر حدود الزمان والمكان بل وحتى حدود قدراته.

- شدة الحياء، حيث يكون المراهق شديد الحياء في إبراز أعضاء جسمه.

- الإهتمام بوسائل الجنس حيث إن نمو الأعضاء الأولية والثانوية يشغل المراهق فيبدأ بجمع المعلومات عن طريق المجلات والكتب والتلفاز والقنوات الفضائية ومن الإصدقاء بشكل خاص

- الميل إلى الخمول والكسل اللاإرادي مما يؤدي إلى مشكلات مع الأسرة والمدرسة.

لقد اقتصرت في ذكر التغيرات الجسمية والانفعالية لأنها الأكثر ظهورا للعيان هذا ومن الجدير للذكر أن هذه التغيرات تتدرج في شدتها خلال مرحلة المراهقة.

الإسباب:

هناك العديد من الاسبب سأذكر بعضا منها:

- **التساهل المفرط من الوالدين**
- **الصرامة المفرطة من الوالدين**
- **التذبذب في القرار من قبل الوالدين فلا يتفقا**

على معايير سلوكية معينة بالتالي يحاول المراهق نفسه أن يقرر ما يفعله وما لايفعله

- اهمال أحد الوالدين أو كلاهما في وظيفته التربوية إما لظروف العمل أو المشاكل الشخصية أو حتى الطلاق.

- مدى اتجاهات الوالدين نحو القوانين فإذا كانا لا يحترمان القانون فإنه من المحتمل من المراهق ألا يحترم الآخرين والعكس صحيح.

- التعب أو المرض أو شدة الانفعال فإنها قد تؤثر على المراهق في عصيانه.

الوقـــاية:

- اجعل العلاقة بينك وبين المراهق وثيقة، فكلما ازداد حبل وتقديرك للمراهق ازداد توقع استماعه للنصائح وتقبله لها وخصص من يومك وقتا تحسسه باهتمامك له.

- كن مستجيبا له، فكلما استجبت له توقعت أنَّ يستجيب لطلباتك ورغباتك.

- حاول اعطاء مقترحات بدلا من إلقاء الأوامر ولا تنتظر منه الإستجابة الفورية.

- كن قدوة له لما في ذلك من تأثير فعال على سلوك المراهق.

- تقيد ببعض القواعد كي ترى الاستجابة وعدم العصيان ومثل هذه القواعد:

(راعي الفروق الفردية توقع الطاعة)

- كن محددا فيما تطلب فيكون الحوار بسيطا

- اطلب عددا قليلا من المطالب ومحدد فلا يكون على شكل محاضرة

- اذكر السبب فيما تطلب مما قد ينفره منك

- انتبه لسلوكك وأسلوبك في التعامل

- استخدم عقوبات منطقية

- اعط خيارات وحلول مناسبة.

العـــلاج:

تلك كانت بعض الأساسيات لتجنب هذه المشكلة ولكن الكثير يقع فيها، فما السبيل للتخفيف من حدتها؟ لكل داء دواء ولكل خطأ صواب ولكل سؤال جواب فإليكم بعض رؤوس الإقلام التي يمكن الانطلاق منها:

- (التعزيز الإيجابي) ينبغي بذل الجهد بالثناء على المراهق عندما يذعن للمطالب ويمكن إعطاء حوافز مادية.

- إشعار المراهق بأن سلوكه قد يؤدي إلى نتائج غير محمودة ويجب الثبات في استخدام العقاب.

- (استخدام التأنيب الفعال، عبر عن عدم رضاك على سلوك عدم الطاعة بعبارات تشير إلى الأثر المزعج عليك وعلى مشاعرك) وتجنب التأنيب غير الفعال مثل السخرية والتحقير والإهانة والتهديد وناقشه فيها باهتمام بالغ.

- التجاهل، ينصح بعدم الاهتمام لسلوك عدم الطاعة بقدر الإمكان للحالات البسيطة فتجاهل التعدي البسيط ولا تدخل في جدال وفي نفس الوقت اعط اهتماما كبيرا قدر الإمكان لسلوك الطاعة.

- اعط توجيهات واضحة، بحيث تكون الأوامر والقواعد مباشرة ومختصرة ومحددة.

- اسمح ببعض التمرد: ينبغي أن تسمح للمراهق ببعض سلوك المراهقة الذي لا يصل إلى حد اللاأخلاقي أو اللاقانوني أي دعه يكسب بعض المعارك طالما أنَّ سلوكه لن يسبب الأذى للآخرين.

هذا ومن الجدير بالذكر أن مرحلة المراهقة هي المرحلة الحرجة في عمر الإنسان وهي مرحلة أنتقال من الطفولة إلى الشباب ومرحلة القلق والضيق والشك، هذه بعض النقاط التي أردت أن أذكر بها إخواننا المربين إمتثالا لقوله تعالى: (وذكر فإن الذكرى تنفع المؤمنين)، ونسأل الله أن يعلمنا بما ينفعنا وأن ينفعنا بما علمنا وللاستزادة إليكم

المراجـــع:

١- زهران، حامد عبد السلام، علم نفس النمو والمراهقة، القاهرة، عالم الكتب ١٩٧٧ .

٢- عبد الفتاح، كاميليا، دليل الوالدين في معاملة المراهقين، القاهرة مكتبة النهضة المصري ١٩٨٧ .

٣- شيفر شارلز، هوارد ميلمان، ترجمة نزيه حمدي ونسيمه داود، مشكلة الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، عمان الجامعة الأردنية ١٩٨٩.



كيف تعلم طفلك قيمة المال؟

فوزي بن يونس حديد

لعلك تعلم- أيها الأب العزيز وأيتها الأم العزيزة- أن الابن ومنذ صغره مفطور على حب المال، فهو يصر على أن يمسك به ويتصرف فيه بمحض إرادته لذلك عليكما أن تعلماه قيمة هذا المال الذي يجري بين يديه وكيف يتصرف فيه بحكمة . ويبدو أن هذا العمل صعب ولكن إذا اتبعتما هذه القواعد ستجدانه سهلا.

١- حينما يبلغ الطفل الرابعة من عمره يبدأ في التفكير، لذلك أعطياه مصروفه وراقباه كيف يتصرف فيه وما هي الكيفية التي يريد بها إنفاقه وإذا رأيتماه يتصرف بحكمة أضيفا إليه زيادة حسنة.

٢- حاولا أن تعطياه مقدارا من المال مع كل عمل يقوم به من نظافة غرفته ومساعدة أمه في ترتيب البيت بما يتناسب مع نموه ونمو عضلاته فلا تكلفاه أكثر مما يطيق.

٣- أعطيا لطفلكما المال واطلبا منه شراء بعض حاجيات البيت من البقال والجزار وغيرهما، وانظرا إلى تصرفه مع كل واحد منهم.

٤- احترما ذوقه في اللباس وماذا يشتري وهل يختار الملابس الباهظة أم يكتفي بأوسطها، وراقباه كيف يختار اللون والحجم وغير ذلك، فكل ذلك يقدم لكما إشارة إلى ذكائه وفطنته وتصرفه في المال الذي أعطيتماه إياه.

٥- لا تعودا طفلكما على استخدام النقود كمكافأة أو عقاب لأن ذلك قد يؤدي به إلى الكسل، فلا يعمل أي عمل آخر إلاَّ إذا ذكرتما له أن هناك مكافأة تنتظره إن فعل هذا أو ذلك.

٦- عندما يبلغ سن الثانية عشرة يكون أكثر نضجا وأحرص على الحفاظ على المال وعدم إهداره لأنكما قد غرستما فيه التصرف السليم لإنفاق المال، فإذا رأيتما منه الصواب فزيداه في المصروف وشجعاه على بعض الأعمال الخارجية كمساعدتكما في العمل ونحوه واحرصا على ألاَّ يتعارض ذلك مع دراسته لئلا يحدث ما لا يحمد عقباه، فإذا طبقتما ذلك ستجدانه يتحرك تلقائيا نحو العمل.

٧- يمكنكما فتح حساب خاص بابنكما - ليس في البنك الربوي طبعا - ، وبادرا بإعطائه المال أولا بأول، وشجعاه على الادخار وبينا له أنه وسيلة هامة من وسائل الحفاظ على المال وراقباه كيف يحافظ على مصروفه هل ينفقه كله أم يدخره كله أم يدخر بعضه ويصرف بعضه الآخر.

٨- قد تتعرض الأسرة إلى مشكلة مالية معقدة فاجعلاه يشارك في الاجتماعات التي تعقد بين الحين والآخر وانظرا إلى رأيه وكيف يتصرف، فلربما لديه الحل الأمثل.

٩- آخر نصيحة نقدمها لكما أيها الأبوان العزيزان أن تكونا قدوة صالحة لأطفالكما في معاملاتكما المالية وفق ما نصت عليه الشريعة الإسلامية.



يجيب على أسئلتكم:
سماحة الشيخ أحمد بن حمد الخليلي

القذف خارج الرحم والواقي البلاستيكي

السؤال: أثناء الجماع هل يجوز للرجل أن يقذف المني خارج المهبل وذلك كالمانع للحمل بدلاً من استخدام الأدوية؟ وهل يجوز الواقي البلاستيكي سواء للرجل أو المرأة؟

الجواب: يجوز ذلك في حالات الضرورة دون غيرها وباتفاق الزوجين عليه والله أعلم.

وسائل منع الحمل

السؤال: إذا كان العزل جائزاً فأيهما أحسن وأسلم في الدين أن نستخدم العزل وهو طبيعي أم الطرق الأخرى كالإبر والحبوب واللولب في حالة توفر الأسباب المبيحة لهذه الأشياء؟

الجواب: العزل أسلم مما عداه إذا لا تؤمن المضرة من تلك الوسائل والله أعلم.

أفضل طريقة لتأخير الحمل

السؤال: ما حكم العزل، وما هي الطرق الجائزة لتأخير الحمل؟

الجواب: ذلك جائز في حالات الضرورة وهي تقدر بقدرها وأفضل الطرق الرضاع الطبيعي والله أعلم.

استعمال موانع الحمل

السؤال : هل يجوز للمرأة أن تستعمل موانع الحمل إذا كانت تشعر بتعب شديد يمنعها من القيام بشئون البيت حيث أن لهذه المرأة تسعة أولاد؟

الجواب: لا تستعمل موانع الحمل إلاّ في الضرورة القصوى وبتوجيه الطبيب الماهر المختص، والله أعلم.

عملية منع الحمل

السؤال: امرأة تعاني الكثير من الأمراض والأوجاع أثناء فترة الحمل الأولى حتى أن منزلها تكرهه وتكره أولادها ويحصل لها الضيق والقيء وعدم الشهية للطعام وهي تظل كذلك مدة شهرين أو يزيد في كل مرة تحمل فيها. ولديها الآن ثلاثة أولاد فهل يحق لها الربط وعدم الإنجاب بسبب ذلك. علماً بأنها يمكن أن تفك الربط وتحمل مرة أخرى إذا أرادت؟

الجواب: لا لأن هذه طبيعة معروفة في حمل النساء وليست عذراً يسوغ ذلك والله أعلم.

المباعدة بين الولادات

السؤال: هل تجوز المباعدة بقصد إكمال رضاع الطفل حولين؟

الجواب: إن كانت بوسيلة طبيعة كالعزل رضى الزوجين فيترخص فيها أمّا الوسائل الأخرى فهي ضارة والله أعلم.



عبق الذكريات

بدأت كتابة أبيات هذه القصيدة، وأنا أرسم في مخيلتي قلاعا من السراب، لم تلبث أن تبددت على صخرة الواقع المؤلم، فياله من حلم جميل وياله من واقع مؤلم فإليك أهدي هذه القصيدة المبتورة إليك أيها الحلم الذي آمل أن يتحقق:

ما بال فكري تائه بهواك ... يهفو لرشف الشهد من لقياك
ما بال فكري قد أطال تفكرا ... ومشى مجدا في فضاء سماك
أطوي سجلات الحياة لعلني ... أصبو بشيء من عبير لماك
أواه من تلك السنون وقد مضت ... هل يرجع الماضي بشكوى الشاكي
أيام كانت للحياة حلاوة ... أيام كنا صبية برباك
هل تذكرين شقاوة قمنا بها ... هل تذكرين الزهر في أرجاك
نحن السحاب بيوم قحط مجدب ... نحن النبات، نبات زهر زاك
أستفسر الوديان والسوح التي ... فيها قليل من وميض لماك
أواه والآهات قد ملأت فمي ... والدمع مني ماله من باك

سلطان بن راشد الزيدي

لم (باربي)

سؤال دائما يثيرني، لماذا يستمتع الأطفال بالدمية المعروفة بـ(باربي) المصنوعة صناعة أجنبية بكل ما فيها .. من شعرها الذهبي الأشقر، ولونها الأوروبي، ولبسها الغربي، لم هي بالذات؟

ما جعلني أفكر في هذا السؤال ليس تحيزي لكل ما هو عربي، ولا نفوري من كل ما هو أجنبي.

فمن المعروف أن للأجانب خططاً وتكتيكات خفية في تدمير الإسلام، هذا معروف منذ عصر الكنيسة وعصر الحروب الصليبية. ولا يختلف إثنان في هذا الأمر، ولكن السؤال الذي يفرض نفسه: هل بالفعل هذه الدمية سلاح؟

سمعت أكثر من رأي في هذا الشأن، وخرجت بنتيجة مفادها: أن ما يقوم به الأجانب إنما هو غزو فكري مدجج يغزو عقول أطفالنا، فعندما يرى الطفل هذه الدمية ترتدي ملابس معينة بنفس المقاييس مع اختلاف ألوان الخيوط التي تطرز بها هذه الملابس، يعتقد أن هذا الأمر عادي لا يتنافى مع أخلاقنا وقيمنا الإسلامية. وإن كنت أوردت هذه الظاهرة فهي أبسط ما يظهر في هذه الدمية، ناهيك عن مع من تكون، وعن ما تصطحبه، فلماذا أيتها الجهات الإسلامية المسؤولة لا تكون هناك الدمية (فاطمة) لتجسد عاداتنا وتقاليدنا وفي المقدمة أخلاق ديننا العظيم.

محمد بن حمد الوهيبي

غثنى بنت علي الفرقانية (ق ١٤ هـ)

سلطان بن مبارك الشيباني

سيدة جليلة، هي بنت أحد أعيان عصره، وأخت أشهر النساخ بمصره، وزوج أحد فطاحلة العلم وأئمة الدين، وأم قرينة إمام المسلمين، وهي قبل كل شيء: القارئة الكاتبة المتعلمة الزاهدة، الشاكرة في السراء الصابرة في الضراء.

اسمها ونسبها:

هي السيدة غثنى بنت عامر الفرقانية العدوية، كان والدها الحاج على الشهير بالفرقاني أحد أعيان بلاده البارزين في زمانه، وهم ينتمون إلى قبيلة بني عدي في الأصل، وإنما عرفوا بالفرقانيين لسكناهم بلدة فرق بنزوى فنسبوا إليها، هكذا قال بعض أحفادهم.

نشأتها:

من الصعب أن نتوصل إلى تاريخ محدد لولادتها، لكن مايمكننا قوله أنها ولدت في أواخر القرن الثالث عشر الهجري على التقريب، وتختلف الروايات في تعيين مكان نشأتها، فنجد من يقول إن إقامتها كانت بالرستاق، بينما يذكر بعضهم أن الحروب والمحن أرغمتها هي وذويها على الهجرة إلى فرق والاستقرار بها. ويبدو أن أباها أولاها اهتماماً كبيرا واعتنى بتنشأتها نشأة صالحة وحرص على تعليمها وتثقيفها، فأجادت القراءة والكتابة، وحفظت شيئاً من القرآن الكريم، ودرست مبادئ العلوم، وأتقنت كتابة الخط العربي حتى اشتهرت ببراعتها فيه، وقد ظهرت آثار ذلك واضحة فيما بعد.

زواجها:

من توفيق المولى عزوجل للسيدة غثنى أن أنعم عليها بخير عظيم لم يكن في حسبانها أن تظفر به يوماً من الأيام، فقد ساقت الأقدار إليها واحداً من جهابذة العلم وعمالقة الفكر ورجال الإصلاح، ذلكم هو الإمام الكبير العلامة نور الدين السالمي، فخطبها من والدها وتزوج بها، وتشرفت بالاقتران به، والعيش في ظلال مدرسته.

وهل تم ذلك حين استقر الإمام السالمي بنزوى فترة من الزمن؟ أو أثناء إقامته بالرستاق لما كان ملازماً للشيخ راشد بن سيف اللمكي؟ ذلك ما لا نستطيع حسم الخلاف فيه، لكن الذي تؤكده الروايات أن السيدة غثنى انتقلت مع الإمام إلى الشرقية لما استوطن القابل بأمر من شيخه المحتسب صالح بن على الحارثي، ومكثت في عصمته قرابة عشر سنوات، شاءت الأقدار بعدها أن تسلب منها هذه النعمة العظيمة ،فطلقها الإمام نور الدين السالمي وفارقها، وعادت إلى بيت أبيها في فرق، وقد تركت هذه الحادثة في نفسها أثراً كبيراً ووقعاً عظيماً.

ونقف صامتين أمام هذا الموقف، إذ لا نجد أسباباً واضحة وراء حصوله.

والذي يهمنا في حياتها مع الإمام السالمي أن نشير إلى دورها الكبير في الوقوف بجانبه وتقديم يد العون له وخدمته بكل ما تستطيع، فكانت تقرأ له فنون العلم المختلفة، وتنسخ له الكتب، وتدون ما يملي عليها من أجوبته ومؤلفاته، وتروى قصص في اجتهادها ومثابرتها

وحرصها على ملازمة الإمام ليلاً والسهرمعه، لترصع جواهر كلامه بخطها الجميل البديع، وتنهل من معينه ما يفيض به عليها، وتسعى إلى اقتضاء أثره والتأسي به في شؤون دينها ودنياها، حتى ضرب بها المثل بعد ذلك في العلم والفضل وحسن العشرة.

ومن المفيد هنا التنبيه على أنهالم تكن الزوج الوحيدة للإمام، فقد اقترن بنساء أخر غيرها، وهن - حسبما تذكر الروايات - على الترتيب التالي:

- الأولى: لم أهتد إلى اسمها أونسبها، وقد طلقها ولم يدخل بها.
- الثانية: فرقانية، وهي موضوع هذه الترجمة.
- الثالثة: حبسية، من الفتح بالمضيبي، وهي أم الشيبة.
- الرابعة: راشدية.
- الخامسة: محروقية.
- السادسة: عفيفية، تزوجها بنزوى يوم كان ذاهباً إليها لنصب الإمام سالم بن راشد الخروصي، وكانت صغيرة فلم يدخل بها دخول الأزواج، وقد توفي الإمام نور الدين رحمه الله عن الأربع الأخيرات، أما الفرقانية فقد طلقها كما سبق ذكره، ولم تنجب من الإمام إلا بنتا واحدة هي أكبر أولاده، وهي زيانة التي تزوجها الإمام سالم بن راشد الخروصي بعد توليه الإمامة سنة ١٣٣١هـ. وقد اقترنت السيدة غثنى بعد الإمام برجل من بني عدي من الجبل الأخضر، وأنجبت منه ولدا ثم طلقها، وكانت خلال تلك الفترة تحن كثيراً إلى بنتها زيانة وتشتاق إلى رؤيتها ، وتبعث الرسائل إليها، لكن شاءت إرادة المولى أن لا تكتحل عينها برؤيتها منذ مفارقتها للإمام حتى انتقلت إلى ربها.

آثارها:

سبق أن أشرنا إلى ما كانت تتصف به السيدة غثنى من خط حسن وكتابة بديعة، ومن المؤسف جدا أن نسمع بذلك دون أن نرى شاهداً واحداً عليه، أو نلمس نموذجاً حيا له.

ويذكر الشيخ سليمان بن محمد بن نور الدين السالمي أنه اطلع على نسخة من (مشارق الأنوار) كتبتها السيدة غثنى بخطها، وكانت موجودة بمكتبة الإمام السالمي في بدية لكنها فقدت، كما يذكر الشيخ سالم بن حمد الحارثي أنه ربما اطلع على نسخة من أحد أجزاء (منهج الطالبين) بخطها، وهو الجزء المتعلق بالديون وأحكامها، ويظن أنه الحادي عشر أو الثاني عشر من المنهج، وقد حاولت العثور على شيء من هذه الكتب التي ذكروها أو على غيرها فلم أظفر بشيء إلى الآن. ولئن كان الأمر كذلك مع كتابات السيدة غثنى فإن الأمر يختلف مع أخيها سيف الذي درس عليها وتعلم منها الخط؛ فلا تزال خزائن المخطوطات ملأى بمنسوخاته الكثيرة التي تستحق الاهتمام والعناية.

وتذكر ابنة الشيخ سيف أن عمتها غثنى كانت تعلم النساء أمور دينهن وتنقل لهن ماتستفيده من زوجها الإمام نور الدين، كما يذكر غيرها أنها كانت بعد طلاقها من الإمام تبعث أبياتا شعرية لبنتها زيانة تحمل معاني الشوق والحنين، لكننا لا نستطيع الجزم بما إذا كان ذلك من نظمها وإنشائها أم هو اقتباس من غيرها.

وفاتها:

بعد حياة مليئة بالحلو والمر، والأفراح والأحزان، والسراء والضراء؛ وقفت السيدة غثنى في محرابها تتضرع إلى ربها، وخرت ساجدة لمولاها الحي القيوم الذي تعنوله الوجوه، حتى إذا استبطأ أهلها قيامها من السجود نادوها فلم تجب، فلما رفعوا رأسها وجدوا أنها قد فارقت الحياة، وقد ارتسمت على محياها بسمة صادقة، وكان ذلك آخر عهدها بهذه الدنيا الفانية، رحمها الله تعالى رحمة واسعة، وختم بالصالحات أعمالنا.

مصادر الترجمة:

١- مقابلة مع الشيخ سليمان بن محمد بن نور الدين السالمي؛ بتاريخ ٥ شعبان ١٤٢١هـ
٢- مقابلة مع الشيخ سالم بن حمد بن سليمان الحارثي؛ بتاريخ ٦ شعبان ١٤٢١هـ
٣- مقابلة مع ابنة الشيخ سيف بن على الفرقانية؛ بتاريخ ٤ رمضان ١٤٢١هـ أجراها الأخ حمزة السالمي.



اسألي المجربة



عينة بنت خميس البوسعيدية

يسـرنا تلقي تجاربكن عـلى عنوان المجـلة أو بريدها الإلكتروني

عند الشراء ..... انتبهي لما يلي:-

١- البطاطا المائلة للاخضرار أو التي تكثر عليها البراعم الصغيرة تكون في معظم الأحيان مرة المذاق ، وسامة بعض الشيء.

٢- عندما يكون البطيخ والشمام ناضجاً تكون رائحته عطرة ويكون رخواً قليلاً عند عروقه.

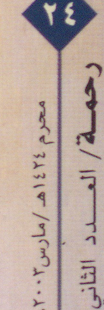
٣- الأناناس الناضج تكون رائحته عطرة، ويسهل نزع ورقة من أوراقه بسهوله، أما إذا كان غيرناضج فيحفظ في مكان دافئ بعيداً عن أشعة الشمس لعدة أيام.

٤- السمك الطازج له عيون منتفخة براقة وزعانف متماسكة وخياشيم زهرية اللون، أما إذا كانت رائحة السمك قوية وزعانفه تتساقط يكون السمك غيرطازج.

" البيض "

إذا كنت شاكة في صحة البيض بعد شرائه ضعي بيضة في وعاء من الماء فإذا غرقت البيضة إلى القعر تكون جيدة أما إذا طفت فهي غيرصالحة، ويفضل تنظيف البيض قبل وضعه في الثلاجة وذلك لأن البيضة تمتص الأوساخ من مسام قشرتها.

ويفضل إخراج البيض من الثلاجة قبل ساعتين من غليه.



إعـداد: أم زينب المعمرية



خليـة النحـل

المقـادير:

- (٤) أكواب من الطحين.
- (٣)ملاعق كبيرة من الحليب.
- (٣) ملاعق كبيرة من السكر.
- (٢) ملعقتان صغيرتان من (باكينغ باودر).
- (١) ملعقة صغيرة من الملح.
- (٢) ملعقتان كبيرتان من الخميرة.
- (١،١/٢) كوب ونصف من الماء الدافئ.
- جبنة مثلثات.
- الشيرة (وهي عبارة عن (١١/٢) كوب ونصف من الماء، (١١/٢) كوب ونصف من السكر).

الطريقـة:

- نبدأ بذكر اسم الله تعالى.
- ثم نخلط الخميرة في قليل من الماء والطحين حتى يصبح سائلا.
- ثم نخلط جميع المقادير الباقية مع بعضها البعض حتى تتكون عندنا عجينة لينة.
- ننتظر حتى تتخمر العجينة وخلال ذلك نقطع الجبن إلى قطع صغيرة.
- في هذه الأثناء نجهز الشيرة.
- بعد تخمر العجينة نسطحها على راحة اليد ونضع داخلها قطعة جبن ثم نكورها ونصفها في صحن الفرن وهكذا بقية العجينة حتى نكون خلية كاملة تشبه خلية النحل.
- ثم نضعها داخل الفرن ونشعل نارا هادئة من تحتها حتى تصفر، ثم بعدها نشعل النار من فوقها حتى تصفر أيضا.
- وبعد أن نتأكد من نضجها نطفئ النار ونضع الشيرة فوقها وننتظر حتى تبرد.
- وبالهناء والشفاء، ولا تنسوا ذكر الله تعالى عند الأكل.

علامـــــة استفهـــام



ها هو عام كامل قد ولى ..

فيه اثنا عشر شهرا ..

فيه ثلاثمائة وبضع وستون يوما ..

فيه اثنتان وعشرون ألف ساعة ..

فيه مليون وثلاث مائة وعشرون ألف دقيقة ..

فيه تسع وسبعون مليونا ومائتا ألف ثانية ..

مرت كلها كلمح البصر .. مرت كسحابة صيف أظلتنا ثم ولت..

تحمل كل ثانية منها ذكريات تبقى أو تزول ولكنها حتما محفوظة في سجل لا ينسى ..

ذكريات متباينة بين حزن وفرح .. وسعادة وشقاء .. وهناء وبؤس .. وفقر وغني ..

مرت وتلاشت أمام أعيننا .. كنا في بعضها حريصين على أن تدوم وتبقى .. وفي بعضها أن نتناسها إلى الأبد .. ولكن الأمور كانت تجري .. وتجري .. ولا نملك سوى الاستسلام للقدر ..

ثمة من يعي دوران الزمن على هذا النحو .. وهنالك آخرون ما يزالون في مراحل بعيدة عن هذا الوعي ..

من الناس من يدرك هذه الحقيقة في جريان الحياة .. ومنهم من لا يزال لا يدرك من حياته إلا لحظات اللذة التي يمر بها ..

آه من لحظات مرت لم نتقرب فيها إلى الله ..

وآه من زمن يمر مر السحاب يقربنا إلى النهاية بلا زاد ..

وآه ثم آه من جواب لسؤال : ماذا أعددنا للغد القادم ؟؟

محبتكم



في الأسواق

عبرة ألم..

تحليل متميز
لقصيدة عبرة ألم



شعر: هاشم الرفاعي
تحليل: محمد المعمري
إنشاد: أبي المهند العميري
إلقاء: بدر الشيباني
هندسة: عبدالله البلوشي

شريط سمعي

نفثات السحر الحلال..
اجتمعت هنا



- ألق الشعر
- لآلئ النثر
- الصوت الشجي
- الإخراج النقي

كتاب

إنتاج: المعالم

شركة المعالم للإعلام والنشر

كيف نحب أبناءنا ؟



شريط سمعي

لقـــاء مع الـدكتور
مصطفـى أبو سعـد
استشاري المهارات الذاتية

-هـل أنت متأكد من أنك تحب ابنـك؟
-هل صرح ابنك يوما ما بأنك تحبه؟
-لماذا لا تعلم ابنك كيف يقـول لا؟
-هـل أدركت مدى أهمية المحبـة؟
-هـل تعبر لابنك عن المحبـة؟
-ماهي أفضل طريقة للحوار مع الابن؟

-قصص واقعيـة
-مقيـاس علمي للمحبـة
-وسائل علمية للتعامل مع الابنـاء
-خلاصة وافية للنظريات التربوية

إنتـاج: 

شـركة المعـالم للإعـلام والنشـر